

Les écrits

De la recherche à l'intervention : transfert des outils et des activités Opticourses pour mener des ateliers sur alimentation et petit budget en région PACA

Un article de **Hind Gaigi**, chef de projet, **Christophe Dubois**, nutritionniste et **Nicole Darmon** Responsable scientifique du projet Opticourses, Marseille

Opticourses (www.opticourses.fr) est passé en 6 ans par une étude de faisabilité, une recherche interventionnelle et une étude de transférabilité. Cette dernière a été coordonnée par le CRES PACA, entre 2014 et 2016, en lien avec les concepteurs du projet, avec un financement de l'ARS PACA.

Cet article présente l'étude sur les conditions de transférabilité d'Opticourses en PACA et ses conclusions.

Rappel:

La recherche interventionnelle Opticourses avait pour objectif de montrer qu'il est possible d'améliorer les capacités d'arbitrage en situation d'achat alimentaire de personnes déclarant devoir faire face à des difficultés financières, en tenant compte de la qualité nutritionnelle et du prix des aliments (Lesturgeon et al., 2013).

Cette recherche a été financée pour deux ans par l'INCa (2012-2014), sur la base de deux études de faisabilité financées par l'ARS PACA (2010-2012). La coordination scientifique a été assurée par Nicole Darmon (chercheur INRA, UMR NORT, Marseille) et le projet a été mis en œuvre par Christophe Dubois (nutritionniste) et Hind Gaigi (promotion de la santé) dans les quartiers Nord de Marseille (13^{ème}, 14^{ème} et 15^{ème} arrondissements).

tion développés dans le cadre de la recherche interventionnelle pouvaient être transférés à des intervenants de terrain, ainsi que les conditions de ce transfert. Plus largement, la question était de définir les conditions de son adaptation à différents publics, dans différents contextes, Opticourses ayant été initialement développé pour, et avec, un public majoritairement féminin, urbain et vivant en famille.

Les 7 activités Opticourses peuvent s'organiser sur 1 à 4 séances, en partant des messages sur l'alimentation pour aboutir aux différentes façons d'arbitrer en magasin ou en situation d'achat à partir d'outils concrets.

Le programme éducatif s'appuie sur le même cheminement pédagogique que développé au sein de la recherche interventionnelle :

- La première séance est basée sur la présentation des ateliers, des échanges entre participants sur leurs pratiques de la mise en confiance avec la démarche, avec une proposition faite aux participants de recueillir leurs tickets de caisse, en vue d'une analyse et d'un retour par les animateurs.
- La séance 2 est consacrée à des réflexions et des échanges sur la catégorisation et le profil nutritionnel des différents aliments. En fin de séance, la notion de rapport qualité nutritionnelle/prix (QNP) est abordée.
- La séance 3 est centrée sur le rapport QNP avec différents jeux et la présentation d'un outil afin d'arbitrer en situation d'achat.
- La séance 4 mobilise les participants sur leurs représentations quant aux marques et aux produits d'entrée de gamme. C'est au cours de cette séance que l'analyse de leurs achats est restituée aux participants.

Déroulé des fiches activités en 4 séances

S1	UN MOIS		S3	Restitution
Recueil des tickets de caisse				
<-----15 jours-----15 jours-----15 jours----->				
Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	
Présentation Mise en confiance Début de la récolte des tickets de caisse	Apprentissage groupes aliments SAIN LIM – QN* QN et Prix	Informations Mise en pratique du rapport QNP*	Restitution de l'analyse des tickets de caisse Travail sur les représentations Bilan	
Activité N°1 : Tickets de caisse	Activité N°1 Activité N°2 : Groupes aliments Activité N°3 : profil nutritionnel (SAIN/LIM) Activité N°5a : QN	Activité N°1 Activité N°5b : le carnet des prix seul Activité N°4 : faire son panier	Activité N°1 Activité N°6 : Dégustation à l'aveugle Activité N°7 : Choisir entre des paires d'aliments	
*QN : qualité nutritionnelle *QNP : qualité nutritionnelle prix				

NB: Ont été élaborés un protocole dit « complet » regroupant les 7 activités et un protocole dit « léger » sans l'activité 1 de recueil et d'analyse des tickets de caisse, qui demandait jusqu'ici un temps important de saisie (entre 1h et 3h par foyer). Suite à une étude, ce temps est actuellement de 30 à 45 minutes.

Définir les conditions de la transférabilité auprès des acteurs de la région

Le projet a nécessité la **formation d'intervenants** en éducation nutritionnelle au sein des comités départementaux d'éducation pour la santé (CoDES) de la région PACA.

La formation

Initialement, le projet concernait la formation d'intervenants appartenant aux CoDES de la région PACA. Cependant, au démarrage du projet, la Caisse d'allocations familiales des Bouches-du-Rhône (CAF 13) était for-

De la « recherche interventionnelle » Opticourses au programme éducatif testé

L'étude sur les conditions de transférabilité avait pour objet d'identifier et de déterminer dans quelles mesures les outils et les modalités d'interven-



Pour publier dans cette rubrique

Vous souhaitez publier un article dans "Priorités Santé"?

Cette rubrique est à votre disposition, acteur de prévention qui souhaitez apporter un témoignage, faire le récit d'une initiative innovante, partager une réflexion...

Faites-nous part de vos suggestions au :

04 91 36 56 95

ou par mail : cres-paca@cres-paca.org

tement intéressée par le programme Opticourses et a donc été associée. Ainsi, deux travailleurs sociaux de la CAF 13 et deux représentants de partenaires (association Solid'Arles et épicerie sociale d'Istres l'Instant partagé) ont rejoint le projet. Au départ, les partenaires opérationnels étaient les CoDES de la région PACA afin d'avoir une homogénéité du niveau des futurs animateurs (diététiciennes) mais il nous a paru intéressant de pouvoir aussi tester les conditions de transférabilité avec des travailleurs sociaux.

Au total ce sont donc **10 acteurs intervenants qui ont été formés** : 6 diététiciennes intervenantes des CoDES, et 4 travailleurs sociaux (2 intervenants en épicerie sociale et solidaire et 2 référents CAF).

Les conditions du test

Afin de tester les différentes activités et protocoles dans différents contextes, un échantillonnage a été élaboré sur les critères suivants :

- Diversité de publics : jeunes, adultes, seniors, personnes vulnérables⁽¹⁾.
- Différents contextes d'intervention : individuel ou collectif, en milieu rural ou urbain.

Au total ce sont 13 ateliers répartis sur les 6 départements qui ont été réalisés. Les intervenants ont également testé certains outils ou activités pour compléter des ateliers déjà existants sur l'alimentation (8 tests).

Des conclusions propices à la diffusion d'Opticourses

Il a été important d'évaluer au cours de cette étude l'appropriation de la démarche auprès des intervenants formés, mais également auprès des publics. L'évaluation s'est appuyée sur des échanges avec les intervenants sur les outils, les activités et les protocoles, en groupe mais également dans leurs structures. Nous avons interrogé des participants sur leur compréhension des outils et des activités, en nous appuyant sur des outils d'évaluation existants (grilles évaluation des outils INPES).

Le travail réalisé lors du bon déroulement de ce projet a permis d'enrichir et de formaliser le programme éducatif, de définir les conditions de son adaptation à différents publics et dans différents contextes, d'identifier les conditions d'appropriation par les intervenants.

Les participants aux ateliers

Dans le cadre du présent projet, des ateliers ont été réalisés auprès de différents publics et dans différents contextes. L'acceptabilité a été bonne pour tous les publics même pour les personnes ayant des difficultés avec la langue française. Il est néanmoins nécessaire de faire évoluer certains outils et activités afin de faciliter la démarche auprès de ces publics.

Le retour des évaluations faites auprès des publics par entretien montre une très bonne acceptabilité du projet tant sur le fond que sur la forme. La réalisation du projet a permis de définir un programme éducatif qui peut être déployé par la suite auprès de la plupart des publics testés.

"Moi j'ai bien aimé caser les aliments par catégorie. C'était sur feuille et c'était un carré de quatre, il fallait ranger les aliments dans chaque catégorie (SAIN LIM); faut savoir... mais j'ai aimé tout en fait, mais ça en particulier. Parce que déjà ça montre ce que l'on mange en réalité, le quotidien de la vie en général, et tout simplement la question alimentaire, ce que le corps peut et ne peut pas, et il ne peut pas tout accepter au niveau santé".

Les intervenants

Le projet a permis de définir et préciser les prérequis nécessaires des intervenants à la formation et à l'appropriation de la démarche Opticourses.

Une formation préalable est nécessaire avant la réalisation des ateliers. Les retours des évaluations (en continu et à l'issue de la formation) montrent que la réalisation de cette formation permet de maîtriser aussi bien les aspects techniques du contenu du programme que les aspects théoriques.

Les futurs intervenants n'ont pas rencontré de problème majeur à la réalisation des ateliers ensuite, néanmoins deux remarques peuvent être apportées :

- Il a pu être observé que les personnes formées à la nutrition sont plus en demande de précisions sur les concepts théoriques d'Opticourses.



- Malgré quelques réserves quant à la capacité des travailleurs sociaux à s'emparer de la démarche, nous confirmons le fait que ceux-ci sont en capacité de mener des ateliers s'ils disposent d'un socle de compétences en nutrition (soit de leur propre formation soit par l'appui d'un professionnel du domaine de la nutrition) afin de pouvoir répondre aux demandes des participants.

Le protocole, les fiches activités et les outils

Le protocole « complet » est tout à fait réalisable par des intervenants ayant reçu une formation complémentaire sur le recueil et l'analyse des tickets de caisse.

Le protocole « léger » (sans l'activité 1) reste pertinent et peut être proposé pour des groupes dont l'intervenant n'a pas la possibilité de disposer d'un temps supplémentaire pour l'analyse des tickets de caisse.

Les retours de l'évaluation montrent que l'utilisation d'une ou de plusieurs activités est pertinente dans le cadre d'un projet déjà existant d'éducation nutritionnelle. Par exemple, l'activité de collecte et d'analyse des tickets de caisse a été réalisée par des personnes participant à un jardin associatif dans les quartiers Nord de Marseille.

Le programme éducatif peut être proposé en y additionnant d'autres activités complémentaires comme une sortie en magasin, un repas... ou être étalé sur une durée plus longue que celle proposée d'un mois et demi.

À ce jour, dans le cadre de ce projet, 23 personnes ont été formées et les retours d'expériences de terrain permettent d'enrichir le programme Opticourses. Tous ces intervenants souhaitent continuer à déployer le programme. À partir de cette année, Opticourses se déploie sur la région grâce au soutien de l'ARS PACA. Des formations gratuites vont être organisées afin de former de nouveaux intervenants ouverts aux diététiciens et travailleurs sociaux de la région sous l'égide du CRES PACA. Une communauté Opticourses va se mettre en place dans le cadre de l'initiative « Communauté de pratiques » initiée par le CRES PACA afin de continuer à faire vivre la démarche, l'animer, l'améliorer, en mesurer les effets et mutualiser les commandes des outils. Concernant la recherche, l'accès à de nouvelles données d'achat va permettre d'affiner et de pouvoir continuer à innover dans la problématique de l'amélioration de l'alimentation avec un petit budget. Toutes ces nouvelles informations seront à suivre sur le site opticourses.fr.

(1) Critères d'inclusion des publics : les mêmes que lors du projet initial, à savoir : être en responsabilité des courses alimentaires du foyer et être concerné par la thématique de l'alimentation en situation de petit budget.

Contacts :

Hind Gaigi, chef de projet, Christophe Dubois, nutritionniste et Nicole Darmon Responsable scientifique du projet Opticourses, Marseille ou Marion Vallarino, CRES PACA - marion.vallarino@cres-paca.org